难度
构建知识体系
信息处理
大纲
费曼技巧
信息筛选机制
检索

Louiscard 1天前

4.4 从笔记到大纲，极速构建你的知识体系

| 本文为付费栏目文章，您已订阅，可阅读全文 |

Hi，你好，我是 Louiscard 吕江涛，这是你打造信息管理系统的第 19 天，今天我来跟你聊聊大纲和知识体系。

我们前面讲到的很多方法，主要靠印象笔记这样的工具实现，不过，要想做好信息管理，仅依靠笔记类工具还远远不够，今天我就来给你介绍另外一种最近越来越被重视的生产力工具。

你也许会疑惑，明明有了印象笔记如此全能，堪称「第二大脑」的信息管理工具，为什么还需要另外一款类似的应用呢？别着急，我会在后面给你答案，在此之前，咱们先聊聊「知识体系」。

用体系抵御信息过载

我们都知道特斯拉的老板 Elon Musk 是一个超级学霸，在成立 Space X 的那段时间，他会随着带着好几百页的《火箭动力原理》。强悍的学习能力帮助 Elon Musk 在金融、能源、运输和航空领域分别打造出 4 家数十亿市值的独角兽公司。

很多人好奇他学习的秘诀，Elon 曾在 Reddit 论坛里分享过他的学习方法，他的原话是：

> One bit of advice: it is important to view knowledge as sort of a semantic tree — make sure you understand the fundamental principles, i.e. the trunk and big branches, before you get into the leaves/details or there is nothing for them to hang on to.

Elon Musk 认为我们应当将知识看作一棵树，只有了解最基本的原理，也就是树干和树枝，才能深入研究细节，没有树干，树叶便无处附着。

所谓的「知识树」就是我们常常听到的「知识体系」。

Bill Gates 也曾经在采访中谈到过类似的观点，你可以点击 链接 看看这个 35 秒的短视频。

这个世界有太多学科，太多领域、太多知识，任何一个都足够你用一生去探究。在这个崇尚终身学习的时代，不少人刷干货、买课程、听讲座，疲惫不堪，可一年下来发现自己还是原地踏步。更有些人工作 10 多年，会的还是头几年学到的三板斧，对专业、行业毫无洞见。

无论你属于前者还是后者，它都将构成你职业跃迁的巨大障碍。那怎么办呢？其实解决的办法也很简单，最重要的一点就是**不贪心**，正如孙子兵法所说：

> 故备前则后寡，备后则前寡，备左则右寡，备右则左寡，无所不备，则无所不寡。

你不可能穷尽所有学科的知识，首先，你一定得确定自己的核心学科，可能是产品运营，可能是新媒体写作，可能是教育培训，大概率它和你所处的行业是相匹配的。

其次，你要迅速构建起这个学科的知识体系，也就是我们前面提到的「知识树」。尽快掌握最核心的基础概念，构架起对整个学科的知识坐标系。从今往后所有的知识都将有一个相对固定的位置，你知道每一个信息应该属于哪个树枝和树杈，因此，**再海量的信息输入到你的知识体系里都将被收束和归类**，那些层出不穷的提法、概念，都能被你抽象为最本质的形态，你可能经常会有「xxx 和 xxx 还有 xxx，其实就是 xxx」的经历，因此，学习在某种意义上讲，不再是一件没有尽头的事情。

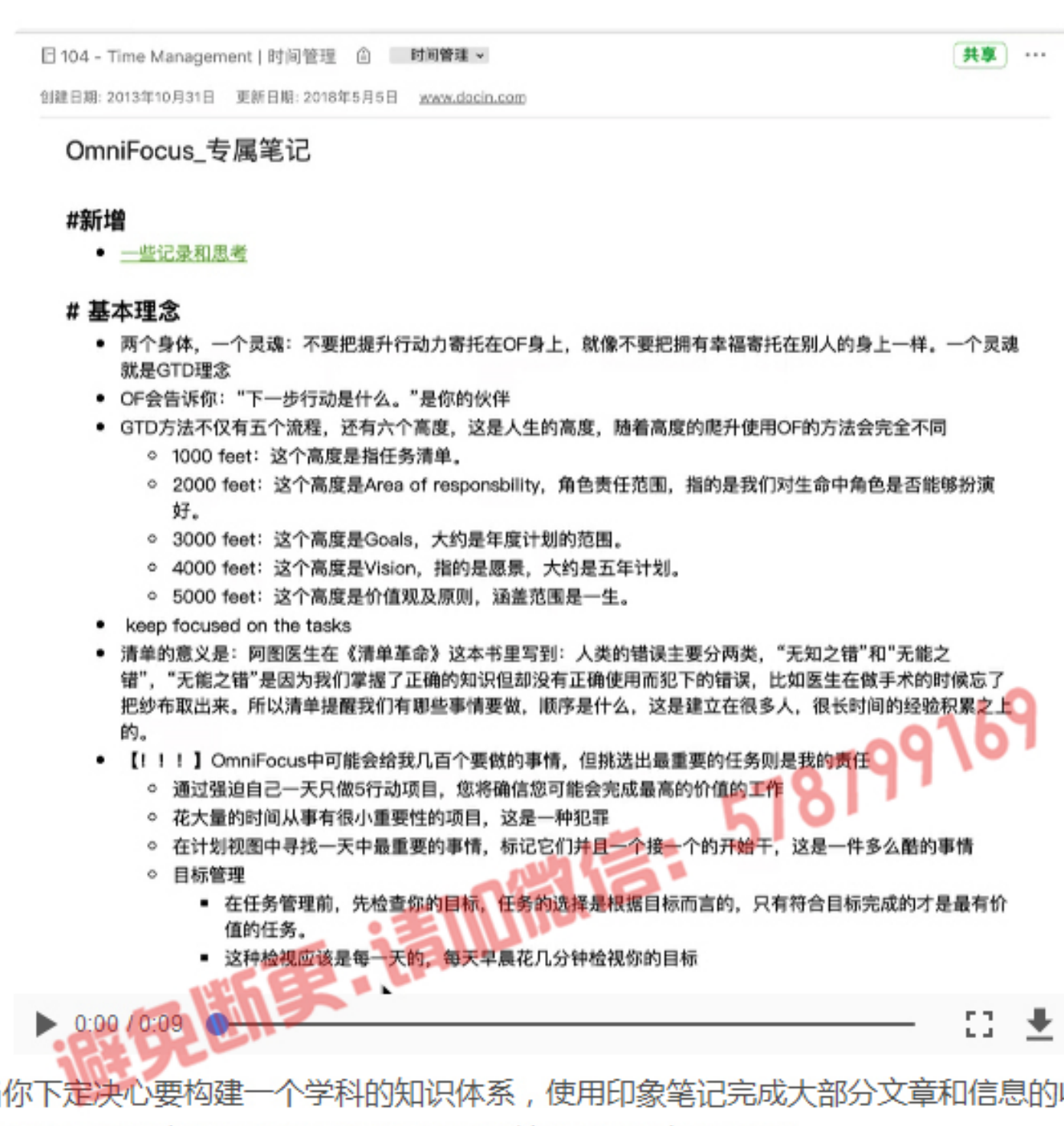
像 Elon 一样，大多数世界顶级的玩家，不仅是终身学习者，往往还是跨学科的高手，他们在多个领域广泛阅读，了解各个学科的底层概念，并将其应用于自己所处的行业，获得巨大的成功。

这些顶级知识工作者往往都自觉不自觉地拥有专属的知识树，也许它们被称为知识地图、知识宇宙、思维宫殿、知识城堡等等，不管名字是什么，它都是帮助你构建知识体系，抵御信息过载的最好解决方案，几乎没有之一。

用大纲来构建体系

那问题来了，我们应该用什么工具来构建知识体系呢？我曾经尝试使用 Evernote 来做，印象笔记的确非常好，但是，一旦要构建层级结构，特别是需要对一个学科全方位地深入挖掘的时候，印象笔记的信息承载能力瓶颈就非常明显了，主要是由于缺少 Outline 层级的收缩展开功能。比如，我曾经试图用一篇笔记把我关于 OmniFocus 所有的认知理解放进去，使用无序列表也还可以体现基本的框架结构。

但是，越到后期越发现，这个笔记实在是太长了，所有层级都是平铺开，想要查看和添加一些信息的成本变得极高。



创建日期：2013年10月31日 更新日期：2018年5月5日 www.docin.com

OmniFocus_专属笔记

#新增

- 一些记录和思考

基本理念

- 两个身体，一个灵魂：不要把提升行动力寄托在OF身上，就像不要把拥有幸福寄托在别人的身上一样。一个灵魂就是GTD理念
- OF会告诉你："下一步行动是什么。"是你的伙伴
- GTD方法不仅有五个流程，还有六个高度，这是人生的高度，随着高度的爬升使用OF的方法会完全不同
  - 1000 feet：这个高度是指任务清单。
  - 2000 feet：这个高度是Area of responsbility，角色责任范围，指的是我们对生命中角色是否能够扮演好。
  - 3000 feet：这个高度是Goals，大约是年度计划的范围。
  - 4000 feet：这个高度是Vision，指的是愿景，大约是五年计划。
  - 5000 feet：这个高度是价值观及原则，涵盖范围是一生。
- keep focused on the tasks
- 清单的意义是：阿图医生在《清单革命》这本书里写到：人类的错误主要分两类，"无知之错"和"无能之错"，"无能之错"是因为我们掌握了正确的知识但却没有正确使用而犯下的错误，比如医生在做手术的时候忘了把纱布取出来。所以清单提醒我们有哪些事情要做，顺序是什么，这是建立在很多人，很长时间的经验积累之上的。
- 【！！！】OmniFocus中可能会给我几百个要做的事情，但挑选出最重要的任务则是我的责任
  - 通过强迫自己一天只做5行动项目，您将确信您可能会完成最高的价值的工作
  - 花大量的时间从事有很小重要性的项目，这是一种犯罪
  - 在计划视图中寻找一天中最重要的事情，标记它们并且一个接一个的开始干，这是一件多么酷的事情
  - 目标管理
    - 在任务管理前，先检查你的目标，任务的选择是根据目标而言的，只有符合目标完成的才是最有价值的任务。
    - 这种检视应该是每一天的，每天早晨花几分钟检视你的目标

避免断更.请加微信：578799169

所以，当你下定决心要构建一个学科的知识体系，使用印象笔记完成大部分文章和信息的收集和处理，也需要同步或稍晚些时候用大纲工具构建起这个学科的知识结构。

不过需要提醒你的是不是所有知识都需要结构化，比如只有研究生物学的专业人士才会把生物分类到「域，界，门，纲，目，科，属，种」。

因为对信息的结构化一定需要付出成本，要想做好更是要付出相当多的时间和精力。但是，值得！就像我在序言中讲到的：**结构化是优秀的信息存储形式，更是卓越的信息交付方式，在后期的输出环节也能发挥巨大的作用。**

创建大纲的方法

接下来我就来给你介绍下，如何用大纲工具构建你的知识体系。

选择一个好用的大纲工具

虽说工具不重要，但选择一款优秀的大纲工具的确能帮你省去不少麻烦，因为这个大纲文件会慢慢积累你对一个学科的所有认知，里面一定包含大量资料。最好在一开始就选择一个性能足够的工具，否则不可避免就需要更大的编辑成本或者借助其他的工具的配合。

下面我罗列几条优秀大纲工具的标准：

1. 提供备注功能，可以将详细内容记录到备注，而非在大纲分支中展示；
2. 具备承载所有主流信息类型的能力，包括但不限于图片、Office 文档、录音、视频、链接等等；
3. 有丰富灵活的导出机制，至少可以导出为 PDF、图片、OPML 等格式。

主流的大纲工具有 OmniOutliner、Workflowy、幕布、Dynalist 等，如果你对这些都不喜欢，也可以先试一试 OneNote、Sublime Text、Notion、Word 文档等工具，它们也都内置了大纲格式。

OmniOutliner 是我目前在使用的主力大纲工具，各种功能非常强大，算是大纲类工具的顶配了。

Workflowy 也是一款老牌大纲工具，可以帮你轻松组织成千上万条笔记，想法和项目，很多硅谷的大牛，比如 Twitter 的创始人都在使用。

幕布是近些年国内新兴的一款优秀的大纲工具，和 Workflowy 类似，但也做了很多对国人更友好的优化，价格也更加亲民，如果你不是 Mac 系统或者觉得 OmniOutliner 过于复杂，可以先试试它。

其实 Word 文档的大纲视图也可以完成基础的知识体系的构建，不仅可以分级别，收缩各个层级，还可以通过批注添加备注，如果你不在乎体验，其实也是一个不错的选择。

创建知识主干结构

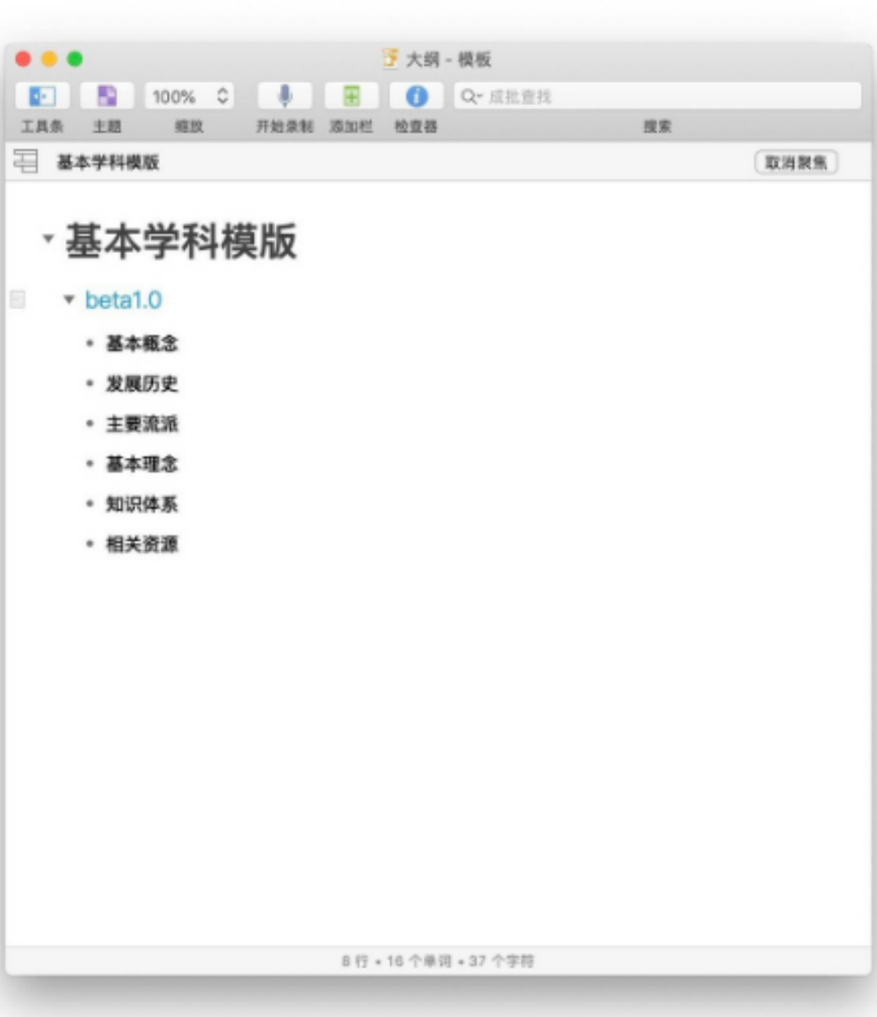
说完了工具，我们来聊第一个步骤，创建这个主题的主干结构，就是 Elon Musk 所说的「树干」。

很多人即便看了几十篇文章，但是真正创建知识大纲的时候依然还是没什么思路，我这里有 3 个建议给你：

第一个建议是：参考教材。当你想要穿透一个学科，或者说，当你想真正建立对一个领域的系统认知，创建并补充一个大纲的过程就像写一本书一样。而搭建结构，实际上就是在设计这本书的目录。我们不妨先看看其它书籍是怎么做的，而教材无疑是最值得参考的种类之一。教材的内容不一定是最新的，但它的体系往往最全面系统，且最不容易出错的，非常值得参考。

第二个建议是：构建模型。举一反三，当你对分类有更深刻的理解之后，你就会发现，其实大多数学科的大纲大同小异，无论什么主题，搞清楚核心概念、发展历程、流派观点、重要资源等几个板块，通常就能掌握个八九不离十。

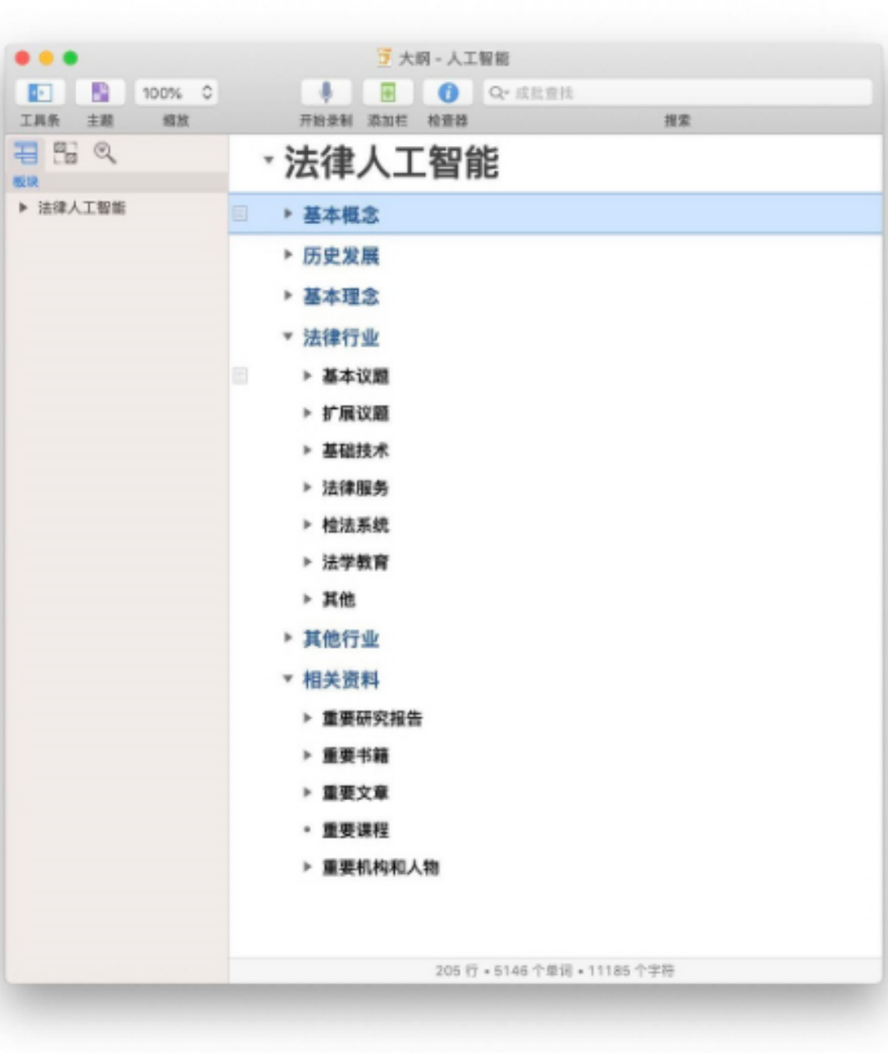
所以，到了后期，我主要都在用下面这个大纲模板：



基本学科模版

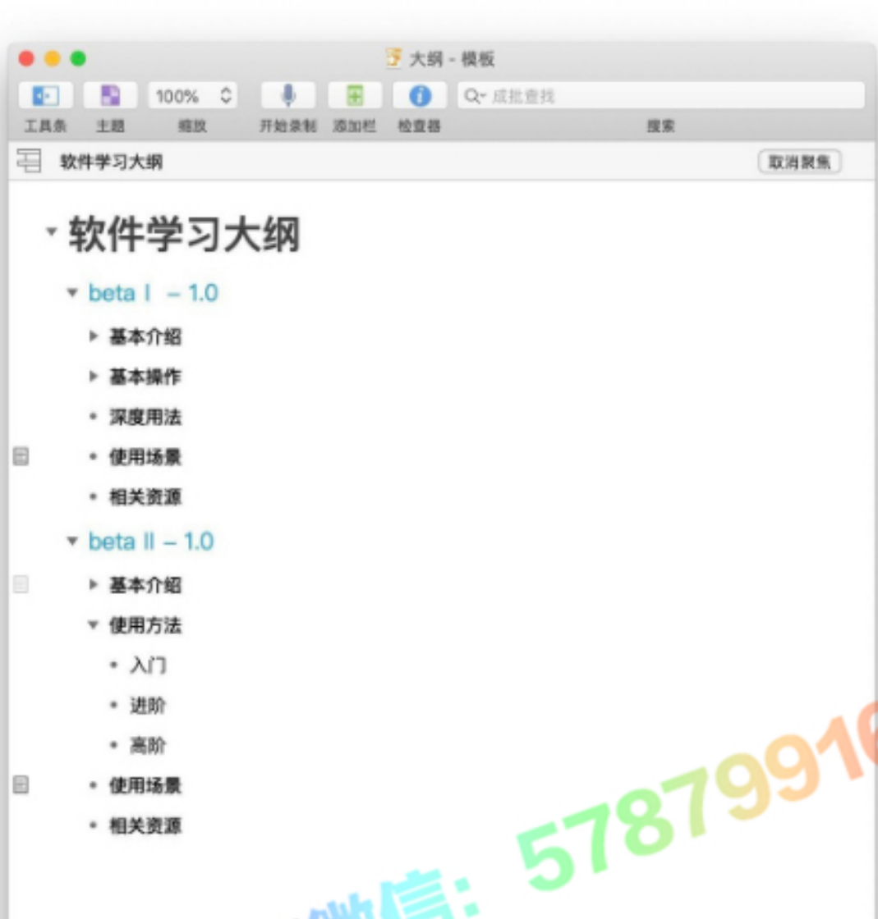
- 基本学科模版
  - beta1.0
    - 基本概念
    - 发展历史
    - 主要流派
    - 基本理念
    - 知识体系
    - 相关资源

这里包括发展历史、主要流派、基本理念、知识体系、相关资源，我从律师跨界到一家法律大数据公司之后，做的第一件事情就是创建了一个法律 AI 的大纲，然后用这个框架开始积累对这个行业的认知。



- 法律人工智能
  - 基本概念
  - 历史发展
  - 基本理念
  - 法律行业
    - 基本议题
    - 扩展议题
    - 基础技术
    - 法律服务
    - 检法系统
    - 法学教育
    - 其他
  - 其他行业
  - 相关资料
    - 重要研究报告
    - 重要书籍
    - 重要文章
    - 重要课程
    - 重要机构和人物

当然，一个模板肯定不够，最好根据不同主题多备几套，在刚才这套模板之外，我还给专门给生产力工具设计了一套，包括基本介绍、使用方法、高阶技巧、使用场景、相关资源等内容。

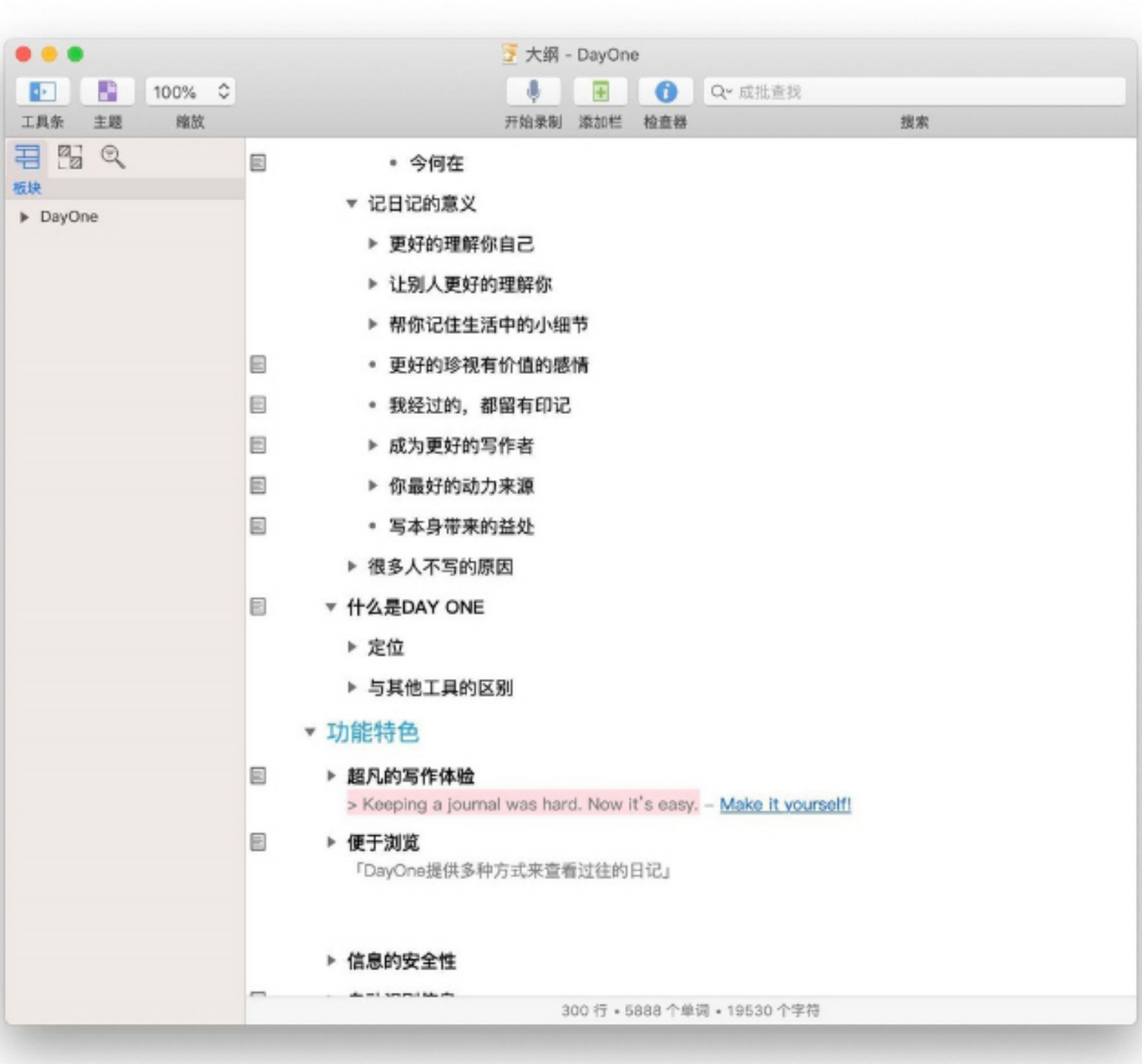


软件学习大纲

- 软件学习大纲
  - beta I – 1.0
    - 基本介绍
    - 基本操作
    - 深度用法
    - 使用场景
    - 相关资源
  - beta II – 1.0
    - 基本介绍
    - 使用方法
      - 入门
      - 进阶
      - 高阶
    - 使用场景
    - 相关资源

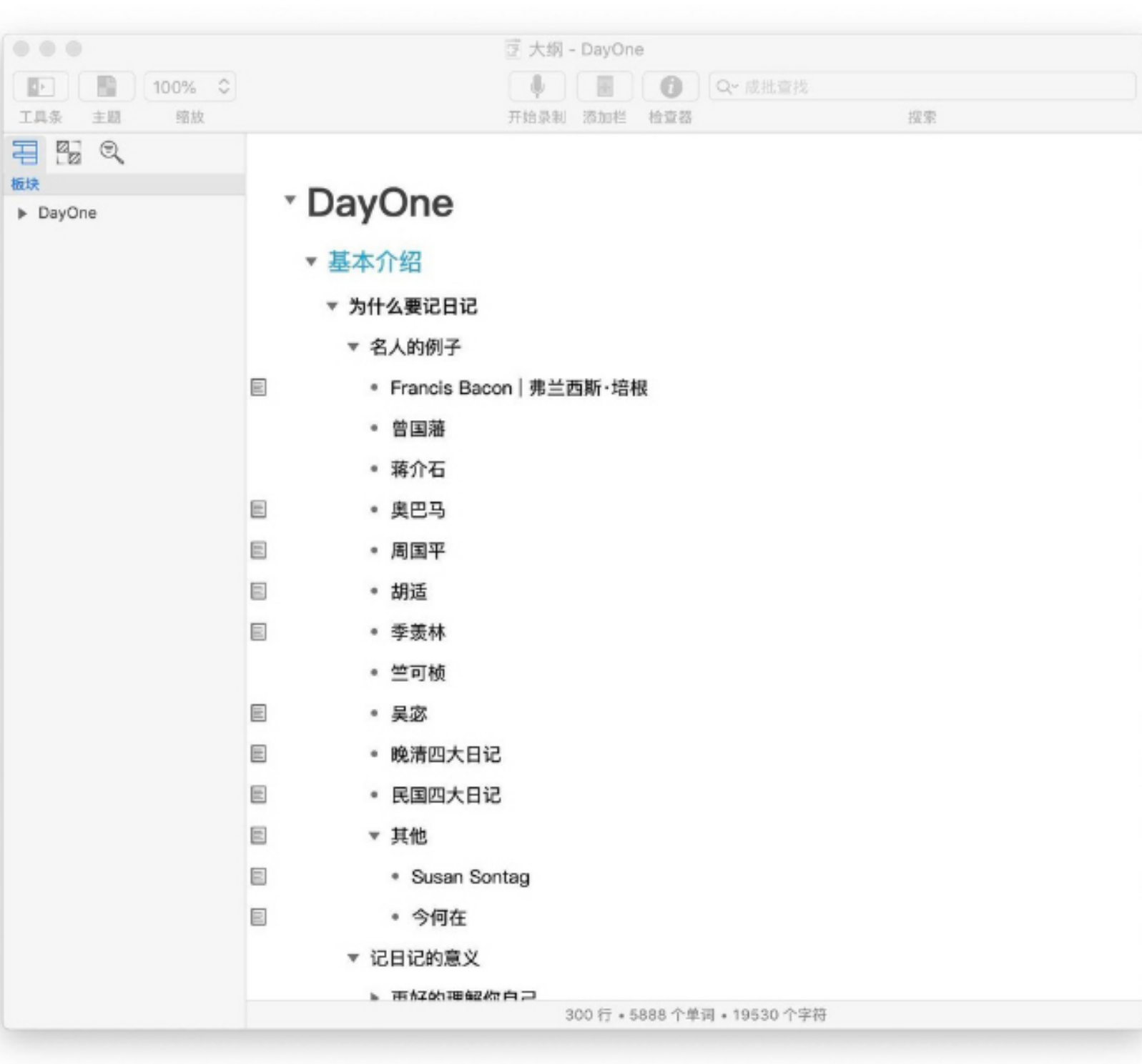
无论哪个模板，我都会安排一个「资料」的条目。我在第一章提到过，知识和信息固然重要，我们在构建体系的时候一定要注意挖掘这些知识背后的的人和机构，甚至找机会线上线下认识这些人。在这个时代，认识一个人的成本越来越低，利用大纲，可以先从收集整理这些人的基础信息开始。

第三个建议是：核心结构尽量简单表述。大纲最大的特点就是所有的信息都是有层级属性的，所有的内容只要写到大纲当中就必然会被赋予一个位置坐标，所以当你打开大纲文件的时候，如果所有的分支都收起来。那么它看起来就和一本书的目录非常像，而展开第一层级，第二层级的内容也应该是相对简洁的表述。比如我在 Day One 的大纲中，第二个层级有一项是「为什么要记日记」，下面分别是名人的例子、记日记的意义、很多人不记录的原因。



- 今何在
- 记日记的意义
  - 更好的理解你自己
  - 让别人更好的理解你
  - 帮你记住生活中的小细节
  - 更好的珍视有价值的感情
  - 我经过的，都留有印记
  - 成为更好的写作者
  - 你最好的动力来源
  - 写本身带来的益处
- 很多人不写的原因
- 什么是DAY ONE
  - 定位
  - 与其他工具的区别
- 功能特色
  - 超凡的写作体验
    > Keeping a journal was hard. Now it's easy. – Make it yourself!
  - 便于浏览
    「DayOne提供多种方式来查看过往的日记」
  - 信息的安全性

打开其中名人的例子，里面是我搜集到的包括弗兰西斯·培根、曾国藩、蒋介石、季羡林等人在文章中对自己写日记的一些情况。



- DayOne
  - 基本介绍
    - 为什么要记日记
      - 名人的例子
        - Francis Bacon | 弗兰西斯·培根
        - 曾国藩
        - 蒋介石
        - 奥巴马
        - 周国平
        - 胡适
        - 季羡林
        - 竺可桢
        - 吴宓
        - 晚清四大日记
        - 民国四大日记
        - 其他
          - Susan Sontag
          - 今何在
      - 记日记的意义

所有具体的描述都藏在附注里面，整体结构保持结构的简单。

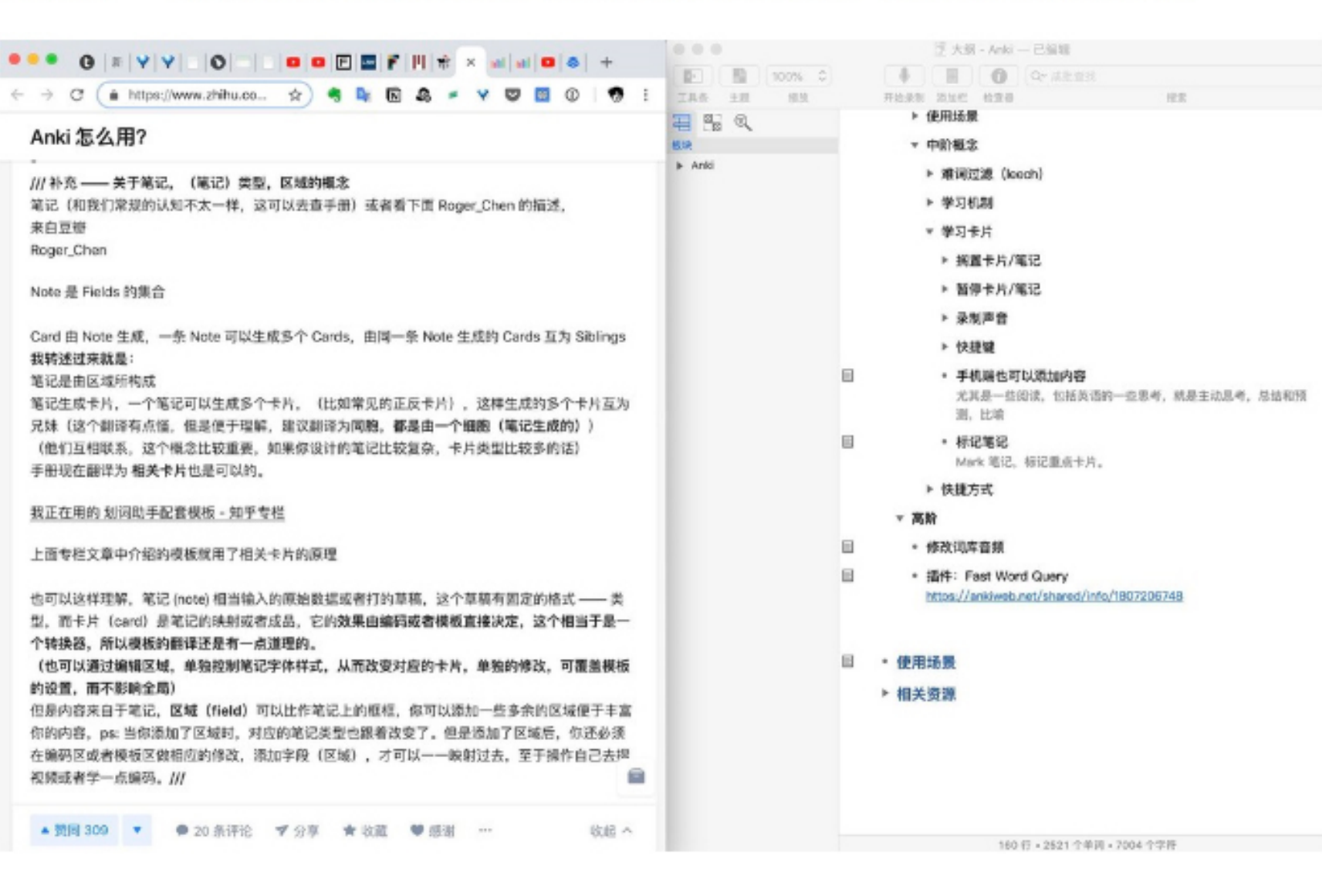
添加细节内容

当我们有了大纲的主干之后就可以开始添加更丰富的内容，也就是前面提到的树叶。

树叶的来源

主要来源其实就两种，一种是我们平时阅读、听课得到的信息。我们在第二章处理篇的时候提到，有时候在印象笔记里面发现一些文章的主题和我们的核心知识领域一致且有不少增量信息，就会添加标签 `OmniOutliner_raw` 提醒自己在今后找时间把这篇笔记的核心知识转移到大纲当中。这样，我们不仅能在印象笔记里面存储原始资料，还可以将增量信息按照预设好的结构和逻辑保存到知识大纲中。

于是，你不再是零散地积累，而是系统性地沉淀，虽然很可能还是通过碎片化阅读，但是你知道自己是拥有一个完整清晰的知识结构，这也会让你真正稳定地构建起对这个学科的深刻认知。



Anki 怎么用?

/// 补充 —— 关于笔记，（笔记）类型，区域的概念

笔记（和我们常规的认知不太一样，这可以去查手册）或者看下面 Roger_Chen 的描述，

来自豆瓣

Roger_Chan

Note 是 Fields 的集合

Card 由 Note 生成，一条 Note 可以生成多个 Cards，由同一条 Note 生成的 Cards 互为 Siblings

我转述过来就是：

笔记是由区域所构成

笔记生成卡片，一个笔记可以生成多个卡片，（比如常见的正反卡片），这样生成的多个卡片互为兄妹（这个翻译有点怪，但是便于理解，建议翻译为同胞，都是由一个细胞（笔记生成的））

（他们互相联系，这个概念比较重要，如果你设计的笔记比较复杂，卡片类型比较多的话）

手册现在翻译为 相关卡片也是可以的。

我正在用的 划词助手配套模板 - 知乎专栏

上面专栏文章中介绍的模板就用了相关卡片的原理

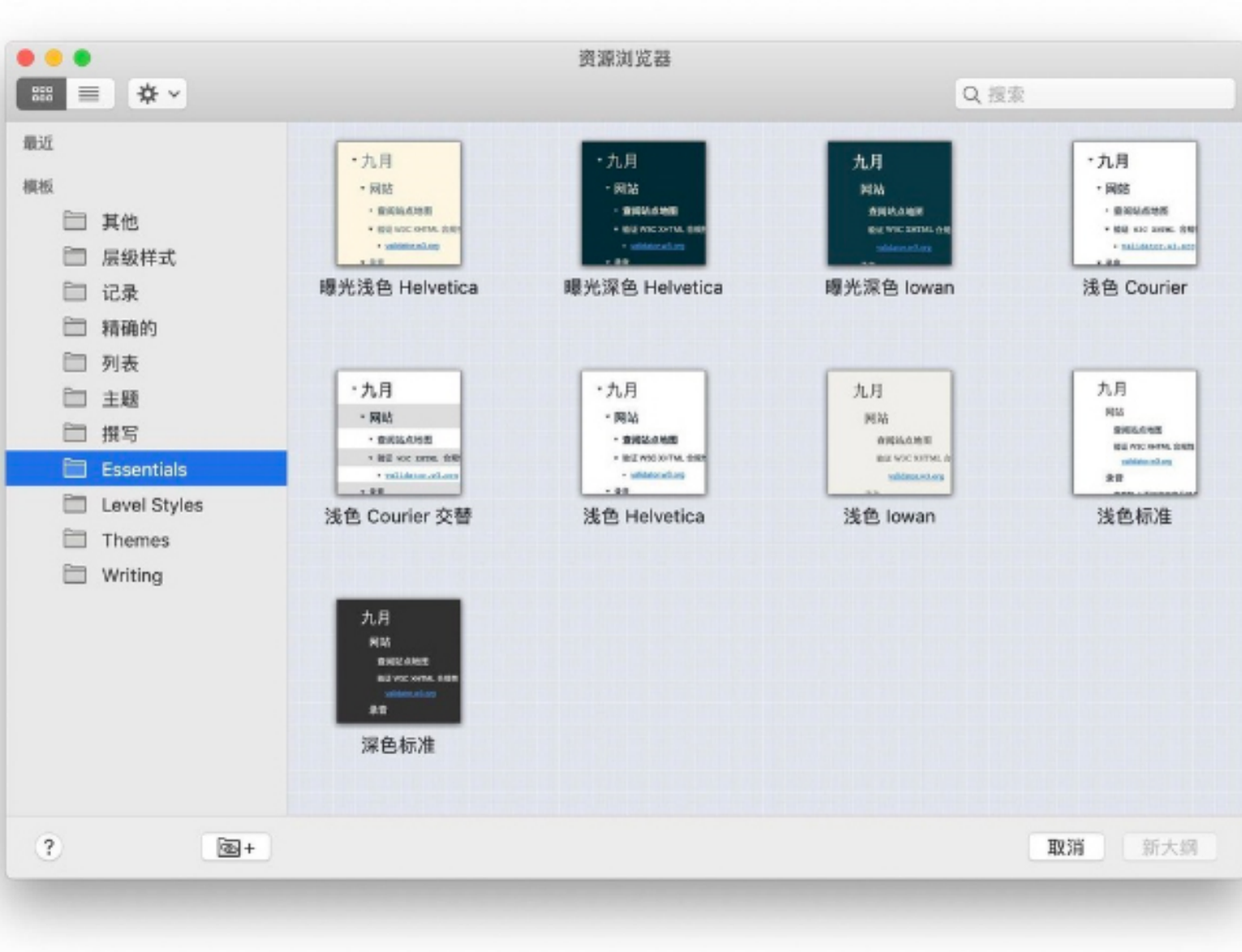
- 使用场景
- 中阶概念
  - 难词过滤（leech）
  - 学习机制
  - 学习卡片
    - 挂置卡片/笔记
    - 暂停卡片/笔记
    - 录制声音
    - 快捷键
    - 手机端也可以添加内容
    - 标记笔记
      Mark 笔记，标记重点卡片。
  - 快捷方式
- 高阶
  - 修改词库音频
  - 插件：Fast Word Query
    https://ankiweb.net/shared/info/1807206748
- 使用场景
- 相关资源

第二种就是我们自己对这个主题的新的思考和洞察，我前面提到，其实你编写这个大纲的过程就是撰写一本书的过程，既然是写书当然也不能只是摘抄其他人的知识，你自己关于这个学科的洞察发现也将记录在这个大纲里。

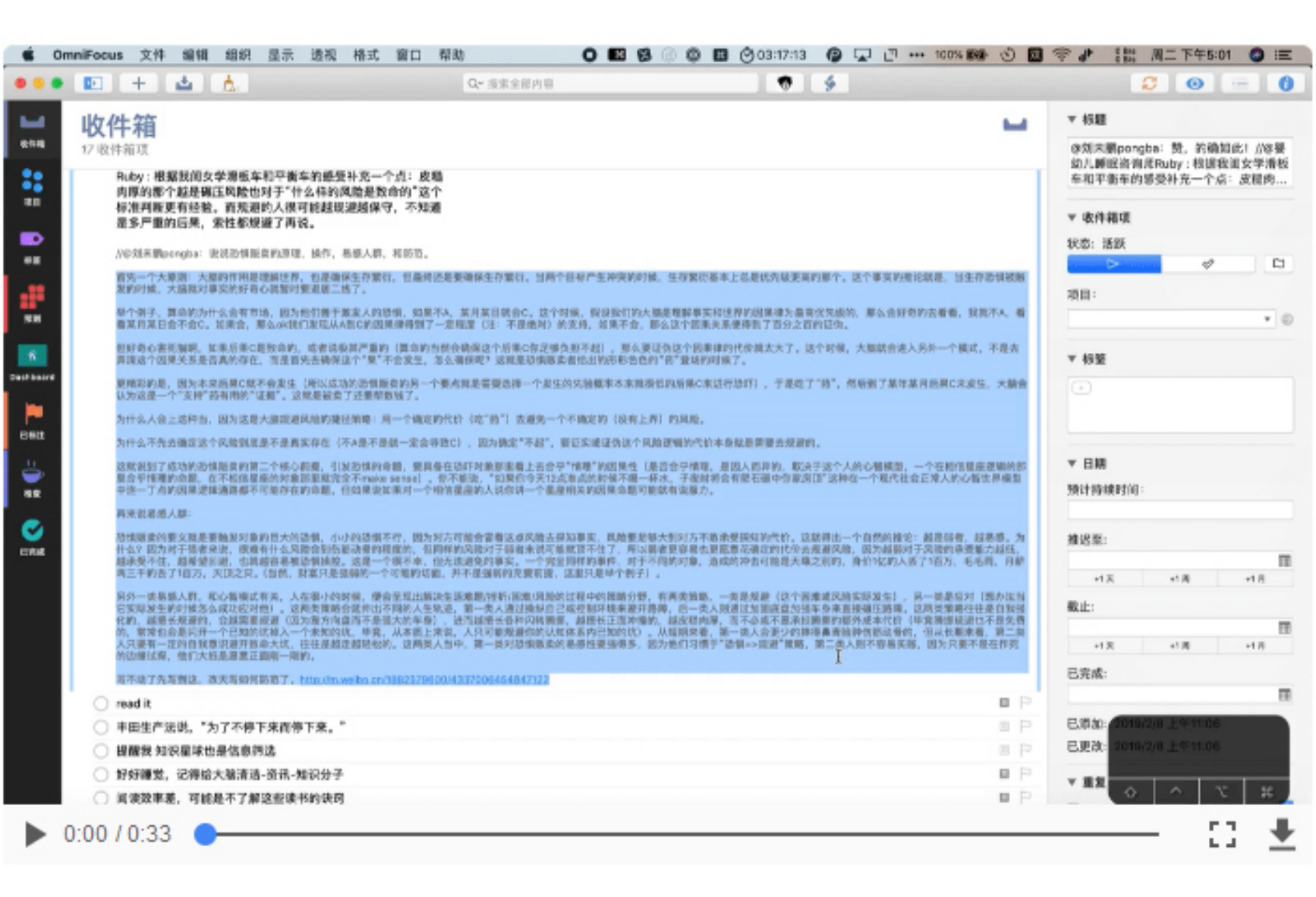
不要小看了这样的点滴积累，过段时间回头看，这个大纲就是你关于一个产业、一个学科、一个产品所有的认知和理解，可能包含核心概念、发展历程、重要人物、前沿成果、经典著作等等，大纲的每一个多小分支或者每一片小树叶，扩展开来就是一篇文章，如果印象笔记是你的第二大脑，那么这个大纲就是你关于一个核心主题的知识中心，而且是强结构和多层次的知识中心。

保持格式的绝对统一

我们在信息编辑和处理的时候提到过关于格式的问题，这里再强调一遍，信息的格式本身也是信息的组成部分，一开始不重视，越到后期越会成为你提取阅读的巨大成本。所以，要在一开始就设计好基本的排版样式。在这一点，优秀的大纲工具会给我们不小的支持，比如我每天都在用的 OmniOutliner，它为你预设好了每个层级的样式，也就是说，如果是一级标题，那么它自动就会设置为「黑色、30 号字体」，如果是二级标题就是「蓝色、18 号字体」，正文那默认就是「黑色、14 号字体」，非常省心。



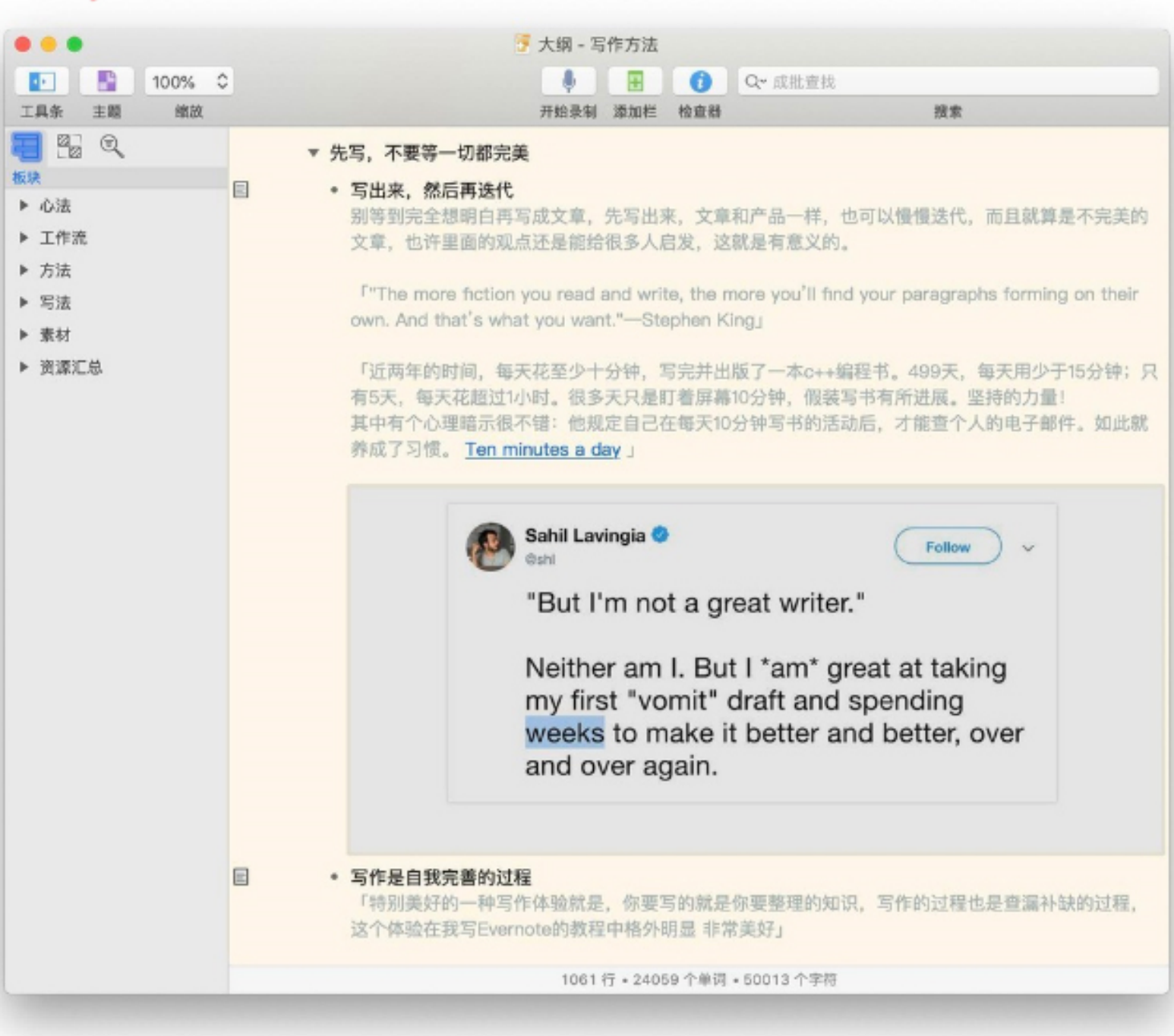
这里有一点要非常注意，就是我们从别的地方复制内容到大纲中，一定要注意粘贴的时候选择「粘贴且匹配目标格式」，不仅在大纲中适用，在印象笔记中，Word 文档中、Pages 等等工具中，都是一样的，这样会保持信息排版的简洁和稳定。大部门工具的快捷键是 `⌘Command-⇧Shift-^Control-V`，不得不在称赞下 OmniOutliner，它对这个操作做了优化，将更高频的「粘贴且匹配目标格式」对快捷键设置成了 `⌘Command-V`，非常贴心。



所有摘录内容做标记和留出处

你还记得我们前面提到的在一篇笔记中阅读、写批注的时候使用代码块的方式把自己的内容和原文的内容区隔开来么？在大纲中遵循同样的原则。比如我在大纲中摘录的一些内容就会前后加上 「」 表示这是摘录。于此同时，我们还需要注意一点：**注明出处。**你有没有觉得，当我们创建一个大纲的时候基本上就和做一项研究没什么太大的区别，因此，还是老规矩，我们去跟那些每天都在做专业学术研究的人去学习。其他的先不谈，科研工作者对资料引用的严格标准，就值得我们学习。

在所有纳入大纲的资料后面都写清楚出处，在未来你写文章或者出版书籍，需要引用的时候能更方便查找。



- 先写，不要等一切都完美
  - 写出来，然后再迭代
    别等到完全想明白再写成文章，先写出来，文章和产品一样，也可以慢慢迭代，而且就算是不完美的文章，也许里面的观点还是能给很多人启发，这就是有意义的。

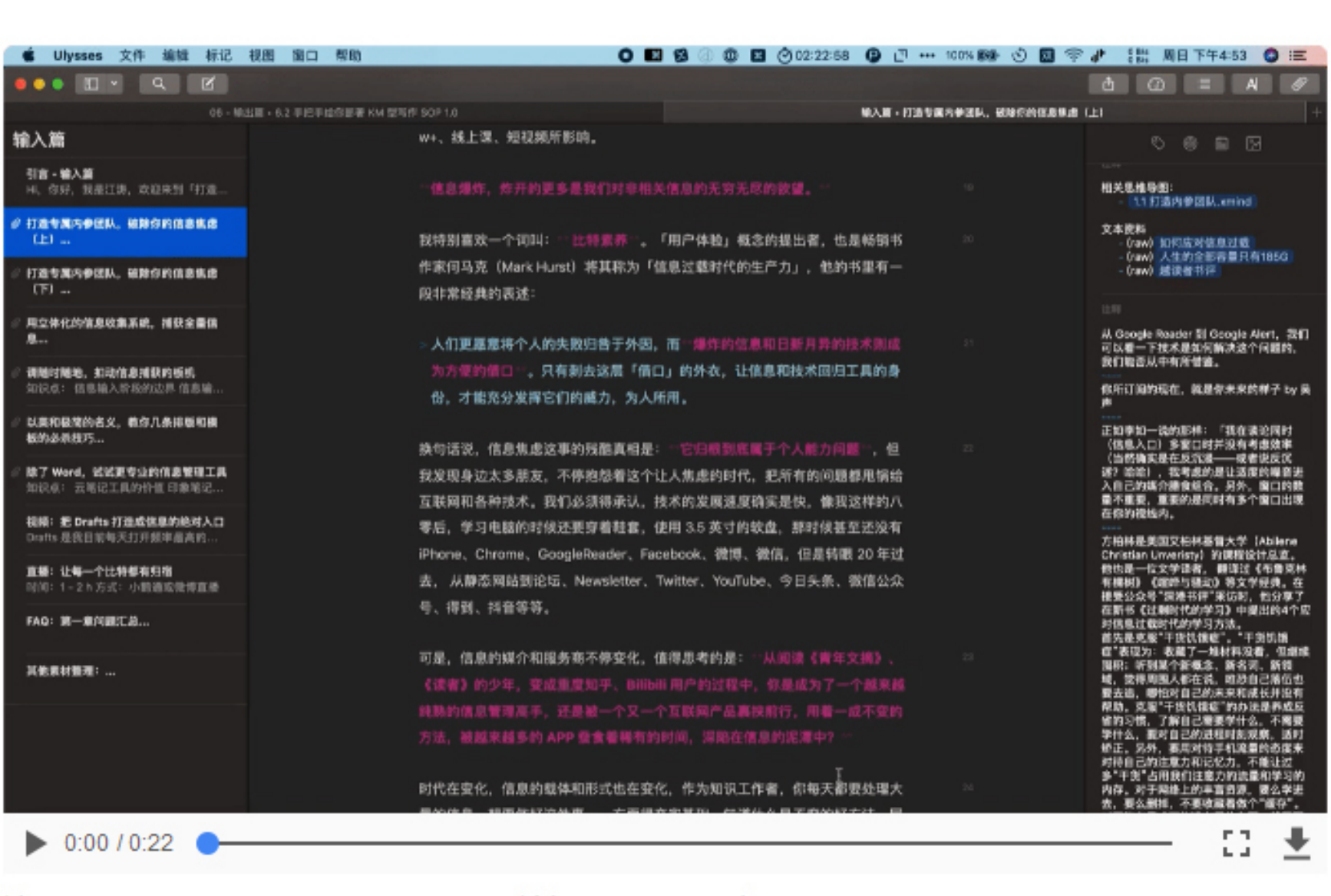
    「"The more fiction you read and write, the more you'll find your paragraphs forming on their own. And that's what you want."—Stephen King」

    「近两年的时间，每天花至少十分钟，写完并出版了一本c++编程书。499天，每天用少于15分钟；只有5天，每天花超过1小时。很多天只是盯着屏幕10分钟，假装写书有所进展。坚持的力量！其中有个心理暗示很不错：他规定自己在每天10分钟写书的活动后，才能查个人的电子邮件。如此就养成了习惯。Ten minutes a day」

    "But I'm not a great writer."

    Neither am I. But I *am* great at taking my first "vomit" draft and spending weeks to make it better and better, over and over again.
  - 写作是自我完善的过程
    「特别美好的一种写作体验就是，你要写的就是你要整理的知识，写作的过程也是查漏补缺的过程，这个体验在我写Evernote的教程中格外明显 非常美好」

这里有个技巧，在以前乃至现在的纸质资料，必须要把出处页码在一开始就写得非常清楚，这必然很好，但我觉得太耗费时间，因此，我们充分借助信息化的优势，现在几乎所有的资料都是电子资料，而我们并不需要把他们的坐标写得一清二楚，可以直接把链接粘贴过来，未来需要的时候直接点击即可，通过超链接，你可以瞬间抵达所引用的资料页面。



这个过程的重点在于创造信息的网络，让知识与之间建立更丰富的联系，你创造的联系越多，它们被你理解得越深刻，你能索引到这些知识的路径就越丰富。学习并不是整理一个个独立的盒子，学习就像编织一张大网，而链接就是打破盒子的最好的方法。我特别喜欢一个概念叫做「虫洞」，它可以帮助你打破时空的限制，瞬间从一个次元穿越到另外一个次元，这就是链接最大的意义。它就像任意门，构建出一道道神秘的通道，让你通往知识体系的任意一个角落。

这部分我在 4.3 也有较为详细的介绍，你也可以回去复习下，可能还会有新的感受。

最后的话

当然，大纲的使用还有一些需要注意的，比如如何才能快速打开，方便我们迅速添加修改内容，比如大纲工具和印象笔记如何更好的配合、大纲和思维导图的区别和定位等等，我们有机会也会再展开介绍，敬请期待。